

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menua (= menjadi tua = *aging*) adalah proses menghilangnya secara perlahan kemampuan jaringan memperbaiki diri atau mengganti diri dan mempertahankan struktur serta fungsi normalnya sehingga tidak dapat bertahan terhadap jejas (termasuk infeksi) untuk memperbaiki kerusakan yang diderita. Menurut *UN-Population Division, Department of Economic and Social Affairs* (1999) jumlah populasi lanjut usia (lansia) > 60 tahun diperkirakan hampir mencapai 600 juta orang dan diproyeksikan menjadi 20 milyar pada tahun 2050. Saat itu lansia akan melebihi jumlah populasi anak (0-14 tahun).¹

Faktor fisik seperti tampilan wajah, warna rambut dan bentuk badan pada literatur ditandai sebagai perubahan penuaan. Penurunan mental dan pergerakan juga menjadi bagian penting dalam kriteria definisi lansia.² Seperti yang diketahui, kekuatan otot menurun pada lansia.³ Mobilitas penting untuk mempertahankan kemandirian dan kualitas hidup, mengacu pada kemampuan bergerak mengenai efektif dan/atau independen pada lingkungan dalam

rangka untuk menyelesaikan tujuan.⁴ Latihan kekuatan pada lansia memberikan informasi penting mengenai kemampuan untuk menghasilkan kekuatan otot yang cukup agar dapat sembuh dari gangguan keseimbangan.³

Berpindah dari posisi duduk ke posisi berdiri adalah kegiatan sehari-hari pada manusia aktif dan pembatasan fungsional dapat terjadi ketika terdapat kemampuan untuk berdiri dari tempat duduk terganggu. Kemampuan untuk berdiri dari tempat duduk adalah faktor krusial dalam kemandirian lansia yang tinggal di dalam komunitas. Lamanya waktu duduk ke berdiri dapat membantu untuk memprediksikan disabilitas.⁵

Tes duduk ke berdiri sering digunakan untuk menilai kekuatan ekstremitas bawah dan keseimbangan. Kemampuan untuk bangkit dari kursi adalah faktor penting pada ketergantungan lansia yang hidup dalam komunitas. Tes duduk ke berdiri telah digunakan untuk orang dengan arthritis, penyakit ginjal, pasca stroke, dan lansia, juga sebagai intervensi hasil alat ukur. Tes duduk ke berdiri telah digunakan untuk berbagai tujuan, termasuk indikator dari kontrol postural, resiko jatuh, kekuatan ekstremitas bawah, dan keseimbangan dan sebagai alat ukur disabilitas.⁵

Tes duduk ke berdiri dapat dilakukan dengan *Five Times Sit to Stand Test* (FTSST) adalah metode yang efisien dalam biaya dan waktu untuk menilai kekuatan fungsional ekstremitas bawah dan keseimbangan. Direkomendasikan bahwa penyedia layanan kesehatan perawatan primer menggunakan FTSST sebagai bagian dari tes *screening* untuk menentukan risiko jatuh pada pasien usia lanjut.⁶

Selain FTSST, *Timed Up and Go Test* (TUG Test) juga dapat digunakan sebagai tes *screening*. Jika TUG Test digunakan sebagai tes *screening*, nilai waktu mengindikasikan tingkat mobilitas fisik pasien. Keunggulan TUG Test adalah alat ukur yang mudah dan cepat untuk dilakukan. Tes ini juga dapat digunakan pada berbagai macam jarak tertentu tanpa menggunakan bantuan asisten.⁷

Secara khusus, mobilitas merupakan faktor utama untuk menjaga kualitas hidup dan berbagai kegiatan sehari-hari yang diperlukan untuk kemandirian. Pembatasan pergerakan berkaitan erat dengan disabilitas dan peningkatan dependensi, membatasi aktivitas, partisipasi sosial, menyebabkan isolasi diri, cemas, depresi, dan berperan dalam penurunan keseluruhan kualitas hidup. Bagi orang dewasa dengan gangguan mobilitas dan berada di fasilitas hidup dengan bantuan, untuk mempertahankan status mobilitas terutama

sangat diperlukan, mengingat hubungannya dengan ketergantungan di masa depan dan perawatan jangka panjang dengan biaya mahal.^{16,17}

Kemampuan *cross-cultural* dari instrumen *World Health Organisation Quality of Life* (WHOQoL) -BREF merupakan suatu keunggulan dan mendukung premis yang menyatakan instrumen ini dapat digunakan sebagai alat *screening* kualitas hidup. WHOQoL-BREF merupakan suatu instrumen yang valid dan *reliable* untuk digunakan baik pada populasi lansia maupun populasi dengan penyakit tertentu.⁸

Berdasarkan uraian diatas, maka penelitian ini ingin membuktikan adanya hubungan mobilitas fungsional menggunakan FTSST dan TUG *Test* dengan kualitas hidup lansia berdasarkan instrumen WHOQoL-BREF.

1.2 Rumusan Masalah

1. Bagaimana hubungan mobilitas fungsional yang diukur dengan *Five Times Sit to Stand Test* dan *Timed Up and Go Test* dengan kualitas hidup lansia di Paguyuban Lansia Bapa Abraham Paroki Gembala Yang Baik Surabaya?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Menjelaskan hubungan mobilitas fungsional yang diukur dengan *Five Times Sit to Stand Test* dan *Timed Up and Go Test* dengan kualitas hidup lansia di Paguyuban Lansia Bapa Abraham Paroki Gembala Yang Baik Surabaya.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi *Five Times Sit to Stand Test* pada para lansia di Paguyuban Lansia Bapa Abraham Paroki Gembala Yang Baik Surabaya.
2. Mengidentifikasi *Timed Up and Go Test* pada para lansia di Paguyuban Lansia Bapa Abraham Paroki Gembala Yang Baik Surabaya.
3. Mengidentifikasi kualitas hidup pada para lansia di Paguyuban Lansia Bapa Abraham Paroki Gembala Yang Baik Surabaya.
4. Menganalisis hubungan *Five Times Sit to Stand Test* dan *Timed Up and Go Test* di Paguyuban Lansia Bapa Abraham Paroki Gembala Yang Baik Surabaya.

5. Menganalisis hubungan *Five Times Sit to Stand Test* dengan kualitas hidup lansia pada Paguyuban Lansia Bapa Abraham Paroki Gembala Yang Baik Surabaya.
6. Menganalisis hubungan *Timed Up and Go Test* dengan kualitas hidup lansia pada Paguyuban Lansia Bapa Abraham Paroki Gembala Yang Baik Surabaya.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Untuk Instansi yang Memberi Pelayanan Geriatri

Memberikan pengetahuan tentang pentingnya menjaga kemampuan mobilitas yang diukur dengan *Five Times Sit to Stand Test* dan *Timed Up and Go Test* dalam hubungannya terhadap kualitas hidup.

1.4.2 Untuk Fakultas

Menunjang keilmuan geriatri yang menjadi unggulan Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya dalam hal hubungan *Five Times Sit to Stand Test* dan *Timed Up and Go Test* yang dapat digunakan sebagai dasar untuk meningkatkan kualitas hidup lansia.

1.4.3 Untuk Penderita

Sebagai saran guna meningkatkan kualitas hidup lansia dengan menjelaskan secara analisis tentang pengetahuan mengenai pentingnya menjaga mobilitas di usia lanjut seperti berjalan dan bangkit dari tempat duduk.

1.4.4 Untuk Peneliti

Menambah pemahaman mengenai hubungan *Five Times Sit to Stand Test* dan *Timed Up and Go Test* dengan kualitas hidup lansia bagi penelitian selanjutnya.